

Razvod braka i razapetost djece

Mojoj se poznanici Spomenki ugasila partnerska veza; on je otišao i ostavio ju s troje male djece. Promatram tu dječicu koja su razapeta između mame i tate, koja ne shvaćaju o čemu se radi, koja su u svojoj nježnoj dobi ostala iznenada bolno zamrznuta u vremenu i prostoru.

Stres

Razvod braka je, nakon smrti bliske i drage osobe, drugi najveći stres u životu. Tako to svjesno doživljavamo mi odrasli. Upitajmo se kako pak takav silni stres doživljavaju djeca i kako im u tome možemo pomoći.

Odgovori su sljedeći:

Ne samo razvod braka, već i sve ono što je prethodilo razvodu, itekako utječe na djecu i duboko se utiskuju u njihove duše.

Roditelji!

Nemojte si umišljati da vaša djeca ne osjećaju tu katastrofu u obitelji i da ju bolno ne doživljavaju. Djeca si ta nova i hirovita zbivanja u kući ne znaju protumačiti, niti si mogu pomoći.

Majko ili oče, vi koji ste ostavljeni!

Pođite od toga da je vama osobno u tom bolnom vremenu veoma teško, da ste tužni, ljubomorni, ogorčeni, ljuti, frustrirani...

Vi imate puno pravo na takve osjećaje!

No nemate pravo da takve iste osjećaje ne opažate ili negirate kod svoje djece!

Dijete ima pravo na ljutnju

Dajte svojoj djeci vremena, prostora i mogućnosti da budu isto tako tužna, da im bude teško, da ne razumiju, da se čak osjećaju krivima što se tata odjednom odselio.

Nemojte pogrešno zaključivati da vaše malo dijete osjeća malu tugu ili proživljava mali stres.

Nemojte pred djecom glumiti da za sve vas tatin odlazak nije teški udarac.

Dječji strah

Jedan od najvećih strahova u predškolskoj dobi je strah od razdvojenosti. Taj strah stvara tajfun u djetetovoj duši, on predstavlja za dijete egzistencijalnu ugroženost. Djeca zato vrlo teško prihvaćaju fizičku razdvojenost obitelji; nemojte im to još i vi zagorčavati.

Manipuliranje djecom

Kad ih pripremate za susret s ocem, nemojte ih instruirati da budu vaši mali špijuni. Kad se vrate od oca nemojte ih ispitivati gdje su bili, što su jeli, kako tata živi, tko s tatom živi...

Time ćete djecu zbuniti i ona će pomisliti da se moraju opredijeliti za jednoga od roditelja.

Dječji osjećaji su u ranoj dobi vrlo jaki i neobično se duboko i snažno usijecaju u njihove duše.

Tamo ostaju okamenjeni za cijeli život.

Tjelesni znakovi stresa i patnje

Djeca će svoje negativne osjećaje često pretakati i u tjelesne znakove ili simptome. Boljet će ih glava ili trbuh, bit će suspregnuta, izgubit će živahnost, neće imati interes za neke aktivnosti koje su ih prije razvoda znale okupirati. Imat će loš i nemiran san, izgubit će apetit, možda će imati noćne strahove. Može im se ponovo javiti noćno mokrenje u krevet. Izgubit će povjerenje u odrasle osobe s kojima dolaze u kontakt.

Sve takve znakove uočite! Oni nisu znakovi bolesti, već samo odraz onoga što djeca i nesvjesno prorađuju u svojim dušama.

Hrabrite djecu

Ujedinite se sa svojom djecom; n prestano ih uvjeravajte da su na sigurnom, da ništa nisu kriva, da ćete uvijek biti s njima, da ih silno volite, jednako kao i prije, da ih i tata jednako voli, iako živi na drugoj adresi. Potvrđujte im da im ne prijete nikakvo zlo. Mnogo razgovarajte sa svojom djecom, iako su ona postala šutljivija, mirnija, zamišljenija. Pomognite im da se izraze, da vam opišu svoje osjećaje. Uvjeravajte ih da smiju biti tužna, ljuta, zabrinuta, bespomoćna. Nemojte pred djecom umjetno umanjivati svoj stres, nemojte podcjenjivati svoje ili dječje reakcije. O tim neugodnim zbivanjima govorite realno; o partneru samo nužno, ali ne negativno. Inače ćete djecu još više zbuniti i uzdrmati.

Ako ste u napasti da imate svoje glasne monologe pred djecom, nemojte ulaziti u duboke analize bilo čijih postupaka, jer djeca to ne mogu shvatiti. Na njihova konkretna pitanja odgovarajte u skladu s njihovom malom dobi. Nemojte da vam njihova nejakana ramena budu rame za plakanje. Nemojte od njih tražiti da vam budu terapeuti. Nemojte se u vašim komentarima svjesno odjeljivati od djece. Umjesto da kažete „Ja ću učiniti to i to...“ formulirajte rečenicu npr. „Mi ćemo (dakle vi i djeca) odraditi to i to“

Ako vas djeca ne pitaju o tati, nemojte niti vi načinjati tu temu.

Ako vas pak pitaju zašto je tata otišao, nemojte njihovoga tatu komentirati kao zadnjega lopova, izdajicu ili varalicu. Nemojte ga niti prikazivati kao nekoga tko će im skidati zvijezde s neba, kupiti mnogo pizze, sladoleda ili brdo igračaka. Dovoljno je da im kažete da ih tata i nadalje voli, da će doći dva puta tjedno po njih, da će kod tate povremeno prespavati...

Nemojte svoju djecu plašiti njihovim vlastitim ocem. Nemojte im prikazivati njegove loše strane; o njima će se djeca tijekom života sama uvjeriti.

Budućnost

Ohrabrujte djecu govoreći im o lijepim praznicima koji vas čekaju, o igrama koje ćete zajedno s njima igrati, pričajte im o svojem djetinjstvu, pokažite im neku igračku iz svojega djetinjstva. Govorite im kako ste ih priželjkivali u svojoj mladosti, kako ste ih u trudnoćama s ljubavlju dočekivali, kako su oni najvrjednije što posjedujete, kako ste ponosni na njih.

Nemojte se djecom služiti kako bi se osvetili svome partneru.

Uskladite s njime pojedine odgojne postupke i dnevni raspored vaše djece.

Uvijek imajte na umu da su to vaša zajednička djeca, a ona nisu vaše vlasništvo, da su ona dar od Boga, a da vi imate poslanje da ih odgajate i podignete na noge.

Nemojte jeftinim trikovima stjecati naklonost djece. Budite im dobra i razumna majka. Samo takvu će vas djeca trebati cijeloga života.

Nastavak života

Nakon bolnog razvoda braka nemojte se brzo i ishitreno baciti u potragu za novim partnerom. Osobito nemojte djeci prebrzo nuditi novoga muškarca kao zamjenskoga tatu. Dajte vremena sebi i djeci da vam se bolni događaji dobro slegnu i da se emocionalno dobro oporavite. U društvu svojih prijateljica i poznanica nemojte se ponašati kao mučenica ili kao osoba koju je život izigrao.

Ono gorko što se vama dogodilo, događa se također svakoj trećoj udatoj ženi u Hrvatskoj.

Budite uspravna, ponosna i hrabra žena koja ima važnu životnu misiju: učiniti svoju djecu zreloom, stabilnom i uspješnom.